

# Curso de: Gimnasia Rítmica

¡Transforma tu mundo con arte!

MALI



Cursos  
de Arte





## **Duración:**

✦ Nivel básico: 2 meses

## **Dirigido a:**

Niños y adolescentes de diferentes grupos de edad:

✦ De 5 a 8 años

## **Objetivos:**

Combinar la expresión artística con el rendimiento físico, desarrollando flexibilidad, fuerza, coordinación y equilibrio, mediante rutinas coreografiadas con música.

## Contenidos:

- ★ Toma de decisiones rápida en movimiento: Enseñamos a escoger la expresión y el movimiento adecuado para la música, y a resolver pequeños errores de coordinación y manejo del aparato de forma creativa.
- ★ Dominio con propósito: Aprenderá a usar aparatos básicos (cinta, aro, cuerda), entendiendo el por qué de cada manipulación para acompañar la expresión corporal y el ritmo.
- ★ Juego de equipo: Comprenderá cómo funciona la sincronización y la creación de pequeñas secuencias en grupo, donde el movimiento individual es vital para la armonía del conjunto.

## Beneficios:

- ★ Concentración mejorada
- ★ Desarrollo de la fuerza, flexibilidad, velocidad
  - y coordinación
- ★ Colaboración
- ★ Autonomía y confianza
- ★ Motivación

**Entérate más en:**

**[educacion.mali.pe](http://educacion.mali.pe)**